



Welzijn op Recept

**Nijkerk
Nijkerkerveen
Hoewelaken**



Welzijn op Recept helpt mensen om weer een positieve draai aan het leven te geven. Mogelijk zijn er klachten die niet over gaan, voelt u zich futloos of rusteloos. U wilt wel in actie komen en er iets aan doen, maar u weet niet precies hoe.

De huisarts of een andere zorgverlener bespreekt met u de mogelijkheid om mee te doen aan Welzijn op Recept. Welzijn op Recept helpt om sociale contacten te leggen, weer plezier of energie te krijgen. Het helpt om weer dingen te ondernemen. We kijken naar uw mogelijkheden en wensen. U staat zelf aan het roer!

Voor wie is Welzijn op Recept?

Welzijn op Recept is er voor alle inwoners uit Nijkerk, Nijkerkerveen en Hoevelaken. Voor iedereen die een steuntje in de rug nodig heeft om een positieve wending aan het leven te geven.

Kost Welzijn op Recept geld?

Gesprekken met de welzijnscoach zijn gratis. Sommige activiteiten vragen een bijdrage. De welzijnscoach kan u hier meer over vertellen.

De welzijnscoach helpt u graag op weg. Samen is gemakkelijker dan alleen en iets doen geeft energie.

Hoe werkt Welzijn op Recept?

- 1 Uw huisarts of een andere zorgverlener adviseert u Welzijn op Recept. U krijgt een welzijnsrecept mee.
- 2 U belt of mailt de welzijnscoach voor een afspraak. Lukt dit niet, dan neemt de welzijnscoach contact met u op.
- 3 In het kennismakingsgesprek is er tijd om met u te kijken naar wat bij u past en welke mogelijkheden er zijn.
- 4 U gaat een activiteit uitproberen. Als u het lastig vindt om alleen te gaan, dan kijken we samen hoe we dit kunnen oplossen.
- 5 Hierna heeft u weer een gesprek met de welzijnscoach over hoe het met u gaat. Bent u tevreden, of wilt u (nog) iets anders?

Over wat voor activiteiten gaat het?

Welzijn op Recept is geen vast programma. Samen met de welzijnscoach kijkt u wat er bij u past. Het kan gaan over:



Wie is de welzijnscoach in de gemeente Nijkerk?



De welzijnscoach is Annemieke Gerrits. Zij werkt bij Sigma Nijkerk. Voor een afspraak met Annemieke kunt u bellen of mailen:

Email: welzijnoprecept@sigma-nijkerk.nl

Telefoon: 033-2474830

Welzijn op Recept is een samenwerking van:



September 2020